Fakir
HAUSGERÄTE



TERRO

VÜCUT ANALİZ BASKÜLÜ - KULLANIM KILAVUZU

BODY ANALYSIS SCALE - INSTRUCTION MANUAL

Giriş

Uzun yıllar sorunsuz çalışması için tasarlanan ve üretilen Fakir Terro Vücut Analiz Baskülünü satın almış olduğunuz için teşekkür ederiz. Benzer ürünleri kullanmaya alışık olabilirsiniz, ancak kullanma kılavuzunu okumak için lütfen zaman ayırınız. Bu kılavuz satın almış olduğunuz üründen en iyi performansı almanız için hazırlanmıştır.

Güvenlik Önemlidir

Kendi güvenliğiniz ve diğerlerinin güvenliği için ürünü çalıştırmadan önce kullanma kılavuzunu okuyunuz. Bu kılavuzu ilerideki kullanımlar için güvenli bir yerde saklayınız.

GÜVENLİK UYARILARI

1- Bu cihazın çalışma prensibi “Bio-elektronik-Impedans” olarak bilinen vücudun elektronik impedansına ve çeşitli özelliklerine (yaş,cinsiyet,boy) dayanan oranına bağlıdır.

2-Cihazın vereceği değerler sadece bilgilendirmek içindir. Bu bilgilerin tıbbi açıdan kullanılması tavsiye edilmez. Kilo vermek veya almak için diyete ya da ilaç kullanmaya başlamadan önce mutlaka doktorunuza başvurunuz.

3- Hamile iseniz ya da kalp piliniz veya vücudunuzda elektronik devreli herhangi başka bir implant var ise, tartıyı kullanmamanız önerilir. Implantın çalışması tehlikeye girebilir.

4- Cihazın çalışmasını etkilememek için, cihazı yüksek elektro-manyetik olan alanlarda ve bu alanların yakınında kullanmayınız. Baskülünüzü bu cihazlardan uzakta bir noktada çalıştırınız ya da baskülünüzü kullanırken yüksek elektro-manyetik alan oluşturan bu cihazları kapatınız.

5- Doğru sonuç almak için çıplak ayakla tartılınız.

6- Cihazı bir halı ya da düz olmayan yüzeylere koymayınız.

7- Aşırı içme, yeme, egzersiz yapma, sağlık durumları, ilaç kullanma vb. durumlar ölçüm değerleri üzerinde etkilidir.

8- Cihazı sökmeyiniz, yanlış bir monte hasara sebep olabilir.

9- Baskül aşağıdaki kişilerin kullanımı için uygun değildir.

- 10 yaşın altındaki çocuklar ve 80 yaş üzeri yetişkinler
- Ateşi olanlar ve osteoporoz hastaları
- Diyaliz tedavisi görenler
- Kalp damar ilaçları kullananlar
- Hamile bayanlar
- Günlük 10 saatten fazla spor aktivitesinde bulunan atletler
- Nabzı dakikada 60’ın altında atanlar

ÖZELLİKLER

- Vücut yağ, su, kas, kemik ve kalori analizi
- Dört ayrı yüksek duyarlı hassas ölçüm sensörü
- 180 kg kapasite
- 8 mm kalınlığında cam yüzey
- 12 farklı kullanıcı için hafıza
- 90x50 mm mavi ışıklı LCD ekran
- 100 gr, %0.1 vücut yağı ve vücut suyu hassasiyeti
- KG/LB seçeneği

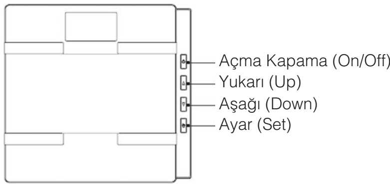
	BAYAN						
Yaş	Vücut Yağı				Vücut Suyu	Kas Oranı	Kalori (kcal) ihtiyacı/günlük
	Zayıf	Normal	Kilolu	Obez	Normal	Normal	Öneri
10-19	<20	20-21	31-37	>37	>56	>34	1125-2700
20-39	<21	21-32	32-38	>38	>54	>33	
40-59	<23	23-34	34-40	>40	>53	>32	
60-79	<25	25-36	36-42	>42	>52	>30	
Atlet		12-25			>56	>38	2100-4200

	BAY						
Yaş	Vücut Yağı				Vücut Suyu	Kas Oranı	Kalori (kcal) ihtiyacı/günlük
	Zayıf	Normal	Kilolu	Obez	Normal	Normal	Öneri
10-19	<8	8-19	19-25	>25	>58	>38	
20-39	<9	9-20	20-26	>26	>56	>37	1450-3300
40-59	<11	11-22	22-28	>28	>55	>36	
60-79	<13	13-24	24-30	>30	>54	>34	
Atlet		12-25			>60	>42	2500-5000

Atlet Modu: Atletik bedenlerde daha çok kas yığını vardır ve standart bedenlere göre daha çok su kaybetme eğilimindedirler ve bu yüzden standart yetişkin modunda ölçüm yapıldığında daha kilolu çıkacaktırlar.”Atlet” haftada 12 saat civarında yoğun fiziksel aktivite yapan ve hareketsiz halde iken kalp atışı dakikada ya da daha az bir sürede yaklaşık olarak 60 olan kişidir.

Not:
Yukarıda örnek olarak verilen tablodaki bilgiler sadece referans içindir.Sağlığınızla ilgili herhangi bir sorununuz var ise, lütfen doktorunuza başvurunuz.

SADECE AĞIRLIK ÖLÇME





Cihazın arkasında tuş ile kg/lb/st arasında ağırlık birimlerini ayarlayabilirsiniz.

- Tartıyı güvenli düz zeminde çalıştırınız.
- Anahtar düğmesini kullanarak ağırlık birimini (KG/LB) seçiniz.

Not: Ağırlık birimi Kg olarak ayarlanmıştır.

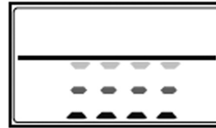
- Tartıyı açmak için on/off düğmesine basınız.



- Cihazın ekranında tüm ışıklar 2 saniye kadar gözükene kadar bekleyiniz, “0.0” gözükecektir.



- Cihazın üzerine çıkınız ve kilonuzu ölçmek için bekleyiniz.





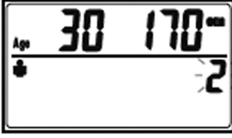
- Cihazın üzerinden ininiz, baskül 10 saniye içinde otomatik olarak kapanacaktır. Eğer cihaz üzerinde aralıksız olarak kalırsanız, cihaz 10 saniye içinde otomatik olarak kapanacaktır.

KİŞİSEL BİLGİLERİN AYARLANMASI

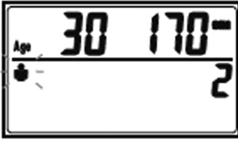
- **Kişisel Ayarlar**

Ayar (set) düğmesine bastığınızda ekranda “-0 1-” yanıp sönecektir. UP ve DOWN tuşlarına basarak kullanıcı numaranızı

seçebilirsiniz. Numaranızı onaylamak için ayar (set) tuşuna basınız.



- **Cinsiyet Ayarı**
  Varsayılan cinsiyet simgesi ekranda yanıp sönecektir. UP ve ya DOWN tuşlarına basarak bay ve bayan modu arasında seçim yapabilirsiniz.



- **Yaş Ayarı**
  Yaş" gözükür ve varsayılan yaş yanıp söner. Yaşınızı seçmek için UP ve ya DOWN tuşunu kullanınız, onaylamak için Ayar (set) tuşuna basınız.



- **Uzunluk Ayarı**
  Uzunluk göstergesi "HT" ve inch ya da cm sembolü yanar. (Eğer anahtar Lb ya da ST ye kurulmuşsa, varsayılan uzunluk birimi inch; Eğer anahtar kg'ye kurulmuşsa varsayılan uzunluk birimi cm'dir.) Varsayılan yükseklik ekranda yanıp söner. UP ya da DOWN tuşlarını kullanarak uzunluğu ayarlayınız. UP ya da DOWN butonuna basılı tutarsanız numaralar hızlıca ilerler. Boyunuzu onaylamak için ayar (set) tuşuna basınız.



- Ayarlama işlemi tamamlanıp, ayar (set) tuşuna bastığınızda, kullanıcı bilgileri ekranda 2 saniye boyunca gözükecektir.



AĞIRLIK VE YÜZDENİN ÖLÇÜLMESİ

- UP ve DOWN tuşlarını kullanarak kayıtlı bulunan 12 kullanıcı arasından numaranızı seçiniz.



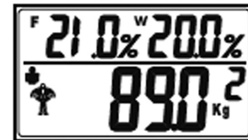
- Kişisel ayarlarınız ekranda 2 saniye boyunca gözükecek, daha sonra "0.0" ortaya çıkacaktır.



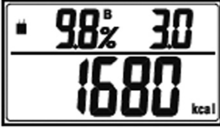
- Cihazın üzerine çıplak ayakla ve platformun üzerinde bulunan elektrodların üzerine gelecek şekilde çıkınız. Ağırlığınız 3 saniye boyunca ekranda gözükecek ve daha sonra vücut analiz ölçümünüz gerçekleşecektir.



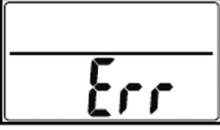
- Ağırlık, vücut yağ ve vücut su değerleri ekranda 3 saniye boyunca gözükecektir.



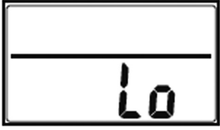
- Kcal, vücut kas ve kemik değerleri ekranda 3 saniye boyunca gözükecek ve cihaz kapanacaktır.



HATA BİLDİRİMLERİ



Fazla Ağırlık yüklenmiştir & yağ ölçümünde hata vardır.



Bataryayı değiştiriniz.

TEKNİK ÖZELLİKLER

Ağırlık Alanı: En fazla 180 kg
Hassasiyet 0.1kg
Yaş Alanı : 10~99
Hassasiyet 1
Uzunluk Alanı : 100~220 cm
Hassasiyet 1cm
Yağ Oranı : % 5~53
Hassasiyet %0.1
Su Oranı: % 36~85
Hassasiyet %0.1
Kas Oranı : % 25~75
Hassasiyet %0.1
Kalori
Hassasiyet 1

UYARI



Cihazı sudan uzak tutunuz.



Cihazı dikkatli bir şekilde kullanınız.



Cihazı kullanırken düz olmayan zeminlere koymayınız.



Cihazın kenarına basmayınız.



Islak ayaklarla cihazı kullanmayınız.



Vücut yağ & su oranını ölçerken cihazı çıplak ayakla kullanınız.

INTRODUCTION

Thank you for purchasing Fakir Terro Body Analysis Scale which has been designed and manufactured to give you many years of trouble-free service. You may already be familiar with using a similar product, but do please take time to read these instructions - they have been written to ensure you get the very best from your purchase.

Safety is Important

To ensure your safety and the safety of others, please ensure you read the Safety Instructions before you operate this product. Keep this information in a safe place for future reference.

IMPORTANT SAFEGUARDS

1- The principle of this device is based on the measurement of body's electronic impedance known as bio electrical term named as 'Bioelectronic Impedance Analysis (BIA), a factor related to the body fat & hydration % and in con-current with other physical data (Age, Gender, Body Height).

2- The evaluated readings of body fat & hydration % are only reference value. It is not recommended for use of any medical purpose. Please always consult your medical doctor for advice of any medication or diet in order to achieve normal weight level.

3- Pacemaker users/wearers, or other medical implants with electronic components, are not recommended to use this scale. Implant performance may be jeopardized and impaired. Pregnant and cardiac pacemaker users are prohibited to use the scale.

4- To prevent interference, do not use the device, in environment near equipment with strong electro-magnetic field. Always keep a good distance from such equipments when operating the scale, or simply turn off those equipments radiating strong electromagnetic fields before operating.

5- This scale requires barefeet for proper conductivity while measuring body fat.

6- Do not place the scale on a carpeted or uneven surface.

7- Excessive drinking, eating, exercising, medical conditions, taking medication, the female menstrual cycle., have an effect on the measurement results.

8- Do not disassemble the scale as incorrect handling may cause injury.

9- Body fat Scale is not suitable for use people of following conditions:

- Children under 10, and adults over 80
- People with symptoms of fever, edema, osteoporosis.
- People on dialysis treatment.
- People taking cardiovascular medicine.
- Being Pregnant
- Athletes who undertake more than 10 hours of intensive sport activity.
- Those with heart pulse rate under 60 beats/minute.

SPECIFICATIONS

- Body fat, water, muscle, bone, kcal analysis
- high precision strain gauge sensors
- Capacity 180kg.
- 8 mm tempered glass platform
- Data memory for up to 12 person
- LCD size: 90x50(mm) with blue backlight
- Graduation:100g or 0.2lb,0.1 pct body fat and body water
- KG/LB options

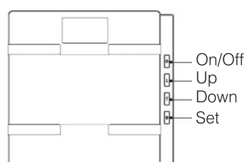
	FEMALE						
Age	Body Fat				Body Water	Muscle Propotion	Calorie (kcal) deman/day
	Under Fat	Healthy	Over fat	Obese	Normal	Normal	Suggestion
10-19	<20	20-21	31-37	>37	>56	>34	1125-2700
20-39	<21	21-32	32-38	>38	>54	>33	
40-59	<23	23-34	34-40	>40	>53	>32	
60-79	<25	25-36	36-42	>42	>52	>30	
Atlet		12-25			>56	>38	2100-4200

	MALE						
Age	Body Fat				Body Water	Muscle Propotion	Calorie (kcal) deman/day
	Under Fat	Healthy	Over fat	Obese	Normal	Normal	Suggestion
10-19	<8	8-19	19-25	>25	>58	>38	1450-3300
20-39	<9	9-20	20-26	>26	>56	>37	
40-59	<11	11-22	22-28	>28	>55	>36	
60-79	<13	13-24	24-30	>30	>54	>34	
Atlet		12-25			>60	>42	2500-5000

Athlete Mode: Athletic body has greater muscle mass and tend to be more dehydrated than standard adult body, and will result in high body fat reading if measured with standard adult mode. “Athlete” is defined as a person who is involved in intense physical activity of approximately 12 hours per week and who has a resting heart rate of approximately 60 beats per minute or less.

Note: The scope above were gained by sampling, the data is only for reference, if you have any question about your health, please consult your doctor.

Weight Measurement Only





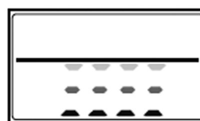
- Operate the scale on a secure flat floor.
- Choose pounds (lb), kilograms (kg) by switching the convertible switch **Note:** switch should be factory-set to kg
- Press the scale, whole screen appears



- Wait until all digits light for 2 sec, and“0.0” appears.



- Stand on the scale and stand still to measure your weight.



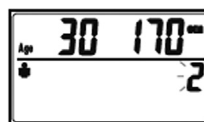


- Step off the scale and it will shut off in 10 seconds automatically. If you stand on the scale all time, the scale will shut off in 10 seconds automatically.

DATA SETTING

- User Setting

  Press the SET button, “-01-“ will flashes and then press the UP or DOWN button to choose user number among them Press the SET button to confirm.

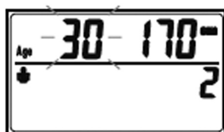


- **Gender Setting**

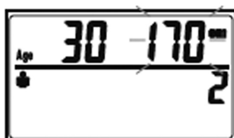
  Default gender icon will flash. Press the UP or DOWN button to choose between male and female gender.



- **Age Setting**
  Age appears and default age will flash Press the UP or DOWN button to choose the age and press the SET button to confirm.



- **Height Setting**
  Height indicator HT and inch or cm symbol light up (if switch set to “lb or st” default is height in inches;
  if switch set to “kg” default is height in cm)
  Default height flashes. Press the UP or DOWN button to choose the height. Pressing and holding either the UP or DOWN button will advance numbers quickly. Press SET the button to confirm the height.

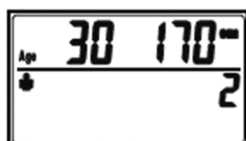


- **Setting Over**
  If SET button is pressed. User data displayed for 2 seconds



BODY ANALYSIS

- Press the Up or Down button to select your user number among the 12 user numbers and recall the programmed data.



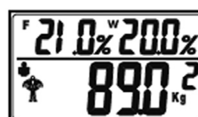
- Data appears for 2 seconds and then displays“0.0”



- Step on the scale barefoot with your feet aligned on the electrodes on the two sides of platform, weight displays for 3 sec, then test body resigistor.



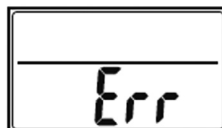
- weight,“Body fat” “body water” display 3 seconds.



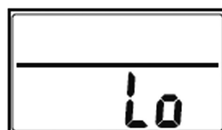
- Kcal, Body muscle, Bone displays for seconds then turn off.



ERROR INFORMATION



Weight overload & error in fat measuring



Replace battery

TECHNICAL SPECIFICATION

Weight Range Max 180 kg
Graduation 0.1 kg
Age Range : 10 ~ 99
Graduation 1
Height Range : 100 ~ 220 cm
Graduation 1 cm
Body Fat : 5 ~ 53 %

Graduation 0.1%
Body water : 36 ~ 85 %
Graduation 0.1%
Body Muscle : 25 ~ 75 %
Graduation 0.1%
Calorie
Graduation 1

CAUTION



Keep the scale off water.



Keep the scale with care.



Don’t put it on uneven flor while weighing.



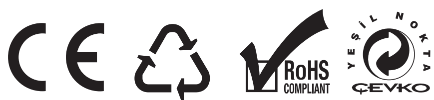
Don’t step on the scale edge of the scale.



Don’t step on the scale with wet feet.



Meassuring barefoot while weighing body fat&water percentage.



SHINE OVERSEAS MARKETING LIMITED

FLAT/RM 2803 28/F CHINA RESOURCES BLDG, 26 HARBOUR RD, WANCHAI HK, P.R. CHINA

Tel:+86-755-86182000 Fax:+86-755-86182500